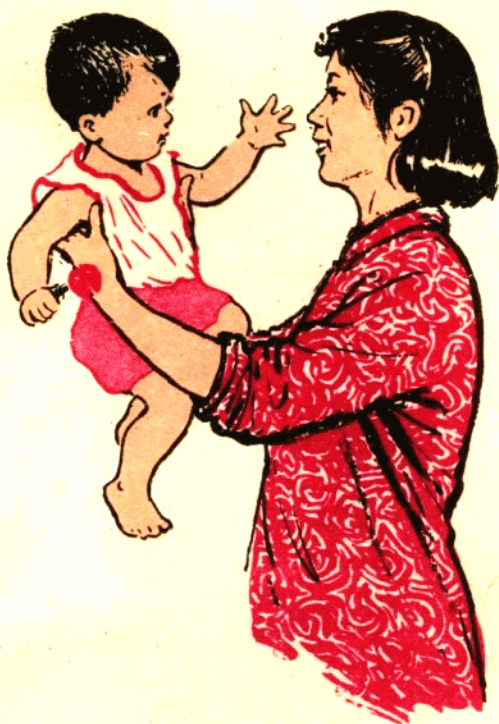




妇婴卫生问答

(增订本)

李熏风编

辽宁人民出版社

六 版 的 話

婦嬰衛生，關係着千百萬母親、子女的健康和幸福。我們想通過這本書，給母親們一些幫助，讓母親們懂得必要的生理知識和育兒知識。

由於這本書寫的比較簡明、通俗、實用，在出版以後，受到廣大讀者的歡迎，已經發行了五十多萬冊。趁着六版的机会，我們又請作者根據實際需要和讀者意見，從生理到病理，從疾病防治到體育鍛煉，從中藥用法到西藥用法，全面作了修訂，大約又增加了四分之一的篇幅。這樣，在內容上就更加充實和完備了。

我們希望讀者們，繼續不斷地對本書提出意見，以便請作者把它改得更加合乎需要。

遼寧人民出版社

1962年12月

统一书号：T14090·**■**

定 价： 0.28 元

目 录

一 来月經了.....	1
来月經是不是病.....	1
月經来了怎么办.....	2
二 怀孕了.....	6
妇女怀孕是怎么回事.....	6
怀孕要注意哪些事.....	13
怀孕期间有病怎么办.....	15
孕妇应该做什么样的体操.....	18
三 生孩子了.....	20
生孩子是在多咱呢.....	20
流产、早产是怎么回事.....	21
生孩子都要准备什么.....	22
怎样減輕生育痛苦.....	24
新法接生的好处.....	25
难产是怎么回事.....	28
怎样护理早产儿.....	30
四 坐月子了.....	31
怎样才不得产后病.....	31
产后要注意哪些事.....	33
怎样帮助子宫收缩.....	34

产妇应该做什么样的体操.....	35
------------------	----

五 当妈妈了..... 37

怎样照护才生下来的孩子.....	37
婴儿身上有什么特点.....	39
孩子年龄阶段怎样划分.....	41
喂奶应该注意些什么.....	41
让孩子吮吸奶头好不好.....	44
孩子吐奶怎么办.....	44
怎样知道孩子吃饱了.....	45
母乳不够怎么办.....	46
妈妈有了病怎么喂奶.....	49
请奶妈喂奶好不好.....	50
孩子光吃奶行不行.....	50
怎样给孩子断奶.....	51
孩子怎样睡眠才合适.....	52
怎样辨别孩子的哭声.....	53
还应该怎样照护孩子.....	55

六 孩子病了..... 57

孩子下生闷气怎么办.....	57
孩子自发性出血怎么办.....	57
孩子下生受了伤怎么办.....	58
孩子出了怪样怎么办.....	58
孩子贫血怎么办.....	59
孩子得了软骨病怎么办.....	59
孩子得了坏血病怎么办.....	61
孩子“抽风”怎么办.....	62
孩子消化不良怎么办.....	63
孩子腹泻怎么办.....	64

• 2 •

孩子得了痢疾怎么办.....	65
孩子得了急性闌尾炎怎么办.....	66
孩子伤风了怎么办.....	67
孩子得了流行性感冒怎么办.....	68
孩子得了流行性腮腺炎怎么办.....	69
孩子得了支气管炎怎么办.....	70
孩子得了肺炎怎么办.....	70
孩子得了肺结核怎么办.....	72
孩子得了傳染性肝炎怎么办.....	73
孩子得了小儿麻痺症怎么办.....	74
孩子得了百日咳怎么办.....	76
孩子出天花怎么办.....	78
孩子得了猩紅热怎么办.....	80
孩子得了麻疹怎么办.....	81
孩子得了风疹怎么办.....	85
孩子出水痘怎么办.....	86
孩子得了白喉怎么办.....	87
孩子得了流行性脑脊髄膜炎怎么办.....	89
孩子得了斑疹伤寒怎么办.....	90
孩子得了回归热怎么办.....	91
孩子得了伤寒病(腸伤寒)怎么办.....	92
孩子得了瘧疾怎么办.....	94
孩子得了鼠疫怎么办.....	94
孩子得了蛔虫病怎么办.....	96
孩子得了蛲虫病怎么办.....	97
孩子得了破伤风怎么办.....	98
孩子得了热疹怎么办.....	99
孩子长膿疱瘡怎么办.....	99
孩子爱流口水怎么办.....	100
孩子遺尿怎么办.....	100

孩子脱肛怎么办.....	101
孩子便秘怎么办.....	101
孩子脱臼怎么办.....	102
孩子得了火眼怎么办.....	102
孩子受了小伤怎么办.....	103
孩子得病有什么常用的单方.....	104
孩子得病有什么常用的验方.....	105
孩子得病有什么常用的中药成药.....	107
孩子得病有什么常用的西药成药.....	110
孩子用药要注意什么.....	112
孩子的病好了还应当注意什么.....	114
七 需要避孕了.....	115
避孕的好处.....	115
怎样正确地看待避孕.....	116
什么样的人最需要避孕.....	117
选择什么样的避孕方法.....	118
怎样使用药物避孕法.....	119
怎样使用器具避孕法.....	121
怎样掌握安全期避孕法.....	124
怎样对待绝育和人工流产.....	127

一 来月經了

来月經是不是病

問 来月經了，这是病嗎？

答 这不是什么病。一般女子滿十四、五岁，就会来第一次月經。早的有十三岁就来的，晚的有十八岁才来的。一般住在气候炎热的地方来得早些，住在气候寒冷的地方来得晚些；母亲月經来得早，女儿也来得早一些；营养好的比营养差的来得早些；城市女子比农村女子来得早些。月經来的早晚没有什么关系。

問 来月經不是病，为什么出血呢？

答 这是因为：卵巢每月要排卵一次，排卵以后的卵巢要产生一种黄色的东西，叫黄体，刺激着子宫的粘膜分泌，变得肥厚，预备滋养受精卵，要不受胎，随着黄体的萎縮，子宫粘膜上层就裂成了碎片排出子宫，出一些血。出血量各人不一样，一般在三两左右。

問 出血是什么情形？

答 这血是慢慢来，慢慢去的。大約繼續三、四天。少的有两天的，多的有六、七天的。再少或再多，就可能是有病，应当到医院看一看。通常第二天出血最多，以后几天慢

慢少了。有的人在月經末期，出血停半天，再来一点便停止了。有的人停止后两三天，白帶的顏色还是淡紅的，因为月經里混合有粘液，所以經血的顏色，大多数是粘稠的、暗紅色的，鮮紅的时候少。

問 月經是每月来一次嗎？

答 妇女的月經一般都是每月来一次。大多数人是四个星期，也就是二十-eight天。不过在二十一天到三十一天之間，都算正常。有极少数人三个月才来一次，来一次以后还有隔半年或一年多才来第二次的。这之間一切都正常就不用怕，等到身体发育好了，就会慢慢正常起来的。再有怀孕的时候，一般沒有月經。奶着孩子的妇女，十个人当中，六个人有月經，四个人沒有月經。从第一次月經到最后一次月經，大約經過三十年，滿四十五岁的，一般月經就停了。

問 来月經的时候感觉怎样？

答 多半有点不舒服，象头痛、腰痛、小肚子发沉、不想吃喝、不願起床。有的人泻肚子，还有的人也会眼眶发青，皮肤出疹子。但这都不是病，月經过去就好了。如果在来月經期間这些現象很严重，就应当請医生看看。

月經来了怎么办

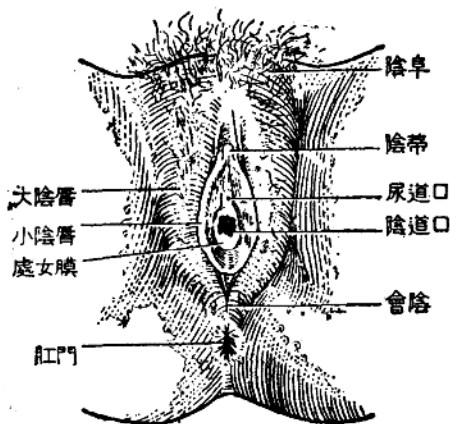
問 月經来了怎么办？

答 精神要安靜，不能当成一种負担。要不，由于心理作用，就成了“假經痛”。除了月經引起的反映太大，或是出血过多，不必躺在床上或炕上，該干什么还干什么。不过不要做重活，也不要太累了，月經头两天，更要加点小心。

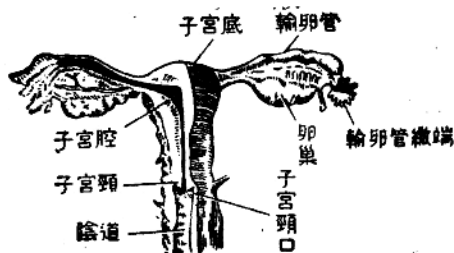
外陰部（參看第一圖）每天早晚要用溫水洗一次（站着沖洗），或是用消毒過的舊布浸溫水擦幾次，從前面往後面洗擦。冬天要這樣，夏天更需要。不過只能洗外陰部，千萬別洗陰道里面（參看第二圖），因為這樣会把病菌（眼睛看不見的微生物）帶進了子宮，引起各種婦科病。不要坐在盆里洗澡，免得灌進脏水，使子宮發炎（發生疼痛、紅腫、熱的現象叫做發炎）。在穿戴方面，要注意保暖，特別不要使腿部和腹部受涼。

問 用什麼樣的月經布才好？

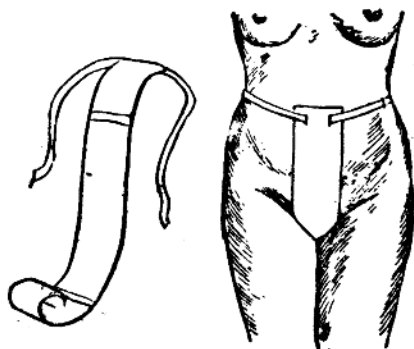
答 最好做一個丁字形的月經帶（參看第三圖），拿兩三塊白淨布（帶色的不好），墊上干淨柔軟的白紙（草紙或表心紙）換着用。有的人用破紙、破布、舊棉花套子、舊鞋幫做月經布，有的人在兩層布中間夾上小灰，甚至有的用棉花



第一圖 女子外陰部



第二圖 女性生殖器正面圖



第三图 月 經 帶

或紙团塞到阴道口里，这都很容易傳染病菌。月經布脏了，就要換下来洗干淨，先在冷水里泡一泡，再用开水燙一燙，放在太阳底下晒干，讓太阳把病菌杀死。很多妇女害

臊，怕人瞅見，就把月經布藏在墙角、墙根，弄得很脏，用的时候很容易感染病，这种坏习惯要改过来。还有人怕“脏东西冲了神”，不敢晾晒，这是迷信的看法，很要不得。

問 月經期間的飲食要注意什么？

答 月經期間不要抽烟、喝酒、吃酸的辣的食物，免得受刺激出血多，对身体不好。在月經期間，身体的抵抗力比較弱，个别妇女的胃腸消化不好，就要吃些容易消化的东西，同时要多喝些开水，使大便通暢。

問 月經期間能不能性交（也就是行房）？

答 千万不能性交。因为这时阴道充血，子宫口是張开的，男人生殖器不干淨，把病菌带进子宫里，就会得妇女病，要是出血時間长了，还会发生白带多、小肚子痛、腰痛和其他病状。有些夫妇盼着生孩子，听說月經来了的时候性交就会有孩子，就信以为真。这种講法是没有根据的。反而会造

成大病，更不容易生孩子了。

問 日子多了不来月經，怎么办？

答 要是日子差錯几天，再等一等。要是过了四十多天不来，就要找医生看。有的随便找人配点催經葯，或是用热水洗阴道，拚命催經，这会鬧出很多病。

問 月經困难，怎么办？

答 月經困难，痛得厉害，好困、精神不安、头痛、恶心、嘔吐，就要好好躺着，精神上要力求快活，大便要保持通暢，多吃些水果、青菜和容易消化的东西。小肚子可以用热手巾或热水袋溫敷着。痛得太厉害，可以吃点止痛葯。如有其他情形，最好找医生看。

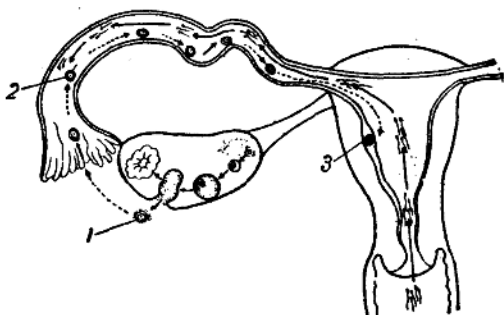
二 怀 孕 了

妇女怀孕是怎么回事

問 怀孕了，这是怎么回事？

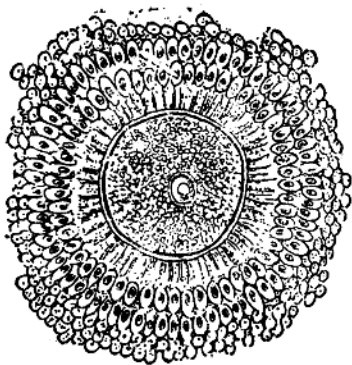
答 这是男女性交，男人的精子和女人的卵子结合以后在女人身上发生的变化。男子的一滴精液，有几百万精子，精子和卵子常常走在输卵管里碰头。这时有一个最强的精子攻进了卵子，和卵子结合，女人就怀孕了（参看第四图、第五图和第六图）。

問 受孕要有哪些条件？

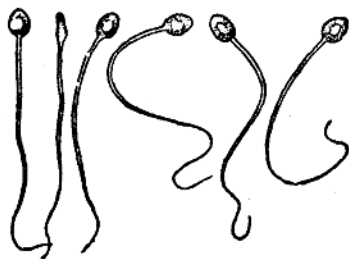


第四图 受精与受孕

1. 排卵 2. 受精 3. 受孕



第五图 卵 子



第六图 精 子

答 受孕要有这些条件：（一）男子的精液里要含有正常的精子，女子要从卵巢的表面排出健康的卵子。

（二）健康的精子必须进到女子的阴道内，由阴道上升，经过子宫腔进到输卵管内，完成受精的作用。（三）从卵巢表面排出成熟的卵子也必须进到输卵管内，等待受精。（四）受精卵必须进到子宫腔内，在子宫内膜上附着生长。这些条件少了一个也不能受孕。

问 为什么有的怀双胎或三胎呢？是不是鬼胎？

答 女人来月经以后，大多数产一个卵子。可是有的女人一个卵子分裂成两个或产两个卵子，和两个精子一结合，就怀双胎了。有个别女人还产三个卵子，全都和精子结合，就怀三胎了。这是常见的生理现象，不是什么鬼胎。

问 为什么有的结婚多年不生育？

答 一般健康的男女，結婚一二年就会生育儿女。要是多年不生育，或是生了一个孩子以后又多年不生了，这叫“不育症”。

不生育的原因很多，有男方的原因，有女方的原因，也可能双方都有責任。在旧社会，总把不生育的过错归于女人，是不对的。不是男尊女卑的思想在作怪，就是不懂得生育的科学道理。

問 男方有什么原因影响生育？

答 一是男方排出的精子太少（健康的男人一次可以排出五亿至八亿活潑的精子）、或是精子长的奇形怪状。有的天生睪丸很小，不能产生精子。有的染了性病，睪丸結核，影响精子产生。有的得了慢性疾病，身体变虚弱了，精子的产生不够旺盛。

二是男方得了遺精病。接連几晚上遺精，或是一晚上遺精几次。这是因为性神經衰弱，手淫，行房中断，房事过度所致。

三是男方得了不能性交的病，象阳萎病、阴莖缺乏、阴莖太小或太大、尿道裂开、包莖、阴莖弯曲，排精太早、不能把精子排到女人阴道中去。

問 男人遇到上述情形怎么办？

答 这些病不好治，要到医院检查治疗。象遺精病，就要严禁手淫，房事不要过度，性交不要中断。平时要安静，不吃刺激性的东西，調整大便，适当的运动，用冷水摩擦，吃些强壮剂等。

問 女方有什么原因影响生育？

答 一是全身性的原因。得了慢性病，象心脏病、肺結核、严重的貧血和营养不良、腎病等，影响了生殖器的功能。

二是局部性的原因。这是生孩子的器官不健全。有的阴門閉鎖、处女膜閉鎖、阴道閉鎖，根本不能性交。有的卵巢发育不好，根本不能排出卵子，也不分泌女性內分泌素。有的卵巢长瘤子，輸卵管被淋病菌或結核菌侵入，輸卵管发炎排卵受到堵塞。有的子宫发炎、潰烂，卵子站不住脚。有的阴道內酸度太强，限制了精子的活动或是滅杀了精子。有的性交过度，身体內部发生了溶解精子的东西。

問 女人遇到上述情形怎么办？

答 这也要看情况处理，最好找医生診断，或是吃葯，或是施手术。阴道酸性太强，可以用硷性的液体洗一洗，酸性的程度要經過医生檢查。性交过度的要节制。体質不好的，可以做适当的运动，多吃青菜、水果等。只要找到病因，耐心治疗，大部分都可以治好。

問 女子結婚以后，多久最容易受孕？

答 有人做过統計，結婚后头一年最容易受孕，約占受孕率的三分之二；二年以內的不到十分之三，五年以內的只占十分之一多点。五年以后不受孕的就要找医生看一看。另外，最容易受孕的时候，是在妇女卵巢排卵日期的前后。一般排卵日期，在下次月經来潮以前的十四天或第十五天，也就是在排卵期的前四天和后三天的八天当中最容易受孕。

問 怎么知道是怀孕了昵？

答 女人每月有月經，要是晚了三、四个星期不来，同时精神不好，胃里难受，不想吃东西，跟着乳房慢慢大起

来，可以挤出淡黄透明的粘液，这就可以断定是怀孕了。到了怀孕中期，医生用“触诊”的方法，可以触到胎儿的体部；用“听诊”的方法，可以听到胎儿的心音；或是孕妇（怀孕的女人）自己感觉到胎儿的运动，就更加可靠了。

問 怀的胎儿怎么知道是男是女？

答 要知道是男是女，还没有一定把握。老乡的经验，是胎动的厉害的，或是孕妇面容不好看的是男孩。医生的经验，是听胎儿的心音。胎儿每分钟心音由一百三十到一百四十，平均男的心音一百三十五，女的心音一百四十六。胎儿心音强、次数少的是男孩。这只是部分的经验，没有医学上的根据。

問 “十月怀胎娘身上”是不是要在肚里怀十个月呢？

答 正确地說，不是怀在肚里，是怀在子宫里。一般是怀二百八十天，只有九个月多一点。要是把四个星期算做一个月，那就正好是十个月。

問 这十个月，胎儿和母亲有些什么变化？

答 每个月都有些变化（参看第七图）：

头一个月末——胎儿有鸽子蛋大。有点象动物的胎芽。母亲没有什么感觉。

第二个月末——胎儿有鸡蛋大。这时还是胎芽，分得出头部和身体。脸上长了两个点子似的眼睛。母亲常吃的东西有些见了就恶心，不喜欢吃的倒喜欢起来。有的人便秘，犯胃酸过多症，容易疲劳。体质弱的容易发热。还有脸上长雀斑的。奶头周围发黑。

第三个月末——胎儿有鹅蛋大。象人模样。有了筋骨。